

Kathrin Habermann

Eltern-Guide Social Media

Instagram, Snapchat, TikTok und Co. –
Kinder und Jugendliche unterwegs
im Internet



RATGEBER

MOREMEDIA 



Springer

Eltern-Guide Social Media

Kathrin Habermann

Eltern-Guide Social Media

Instagram, Snapchat, TikTok und Co. –
Kinder und Jugendliche unterwegs im
Internet

 Springer

Kathrin Habermann
Wien, Österreich

ISBN 978-3-662-63531-5 ISBN 978-3-662-63532-2 (eBook)
<https://doi.org/10.1007/978-3-662-63532-2>

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© Der/die Herausgeber bzw. der/die Autor(en), exklusiv lizenziert durch Springer-Verlag GmbH, DE, ein Teil von Springer Nature 2021

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von allgemein beschreibenden Bezeichnungen, Marken, Unternehmensnamen etc. in diesem Werk bedeutet nicht, dass diese frei durch jedermann benutzt werden dürfen. Die Berechtigung zur Benutzung unterliegt, auch ohne gesonderten Hinweis hierzu, den Regeln des Markenrechts. Die Rechte des jeweiligen Zeicheninhabers sind zu beachten.

Der Verlag, die Autoren und die Herausgeber gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag noch die Autoren oder die Herausgeber übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen. Der Verlag bleibt im Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutionsadressen neutral.

Covermotiv: © stock.adobe.com/deagreez/ID 253294637
Covergestaltung: deblik, Berlin

Planung/Lektorat: Eva-Maria Kania
Springer ist ein Imprint der eingetragenen Gesellschaft Springer-Verlag GmbH, DE und ist ein Teil von Springer Nature.
Die Anschrift der Gesellschaft ist: Heidelberger Platz 3, 14197 Berlin, Germany

Danksagung

Ich möchte mich in diesem Rahmen zum einen bei meiner Lektorin und Betreuerin Frau Kania bedanken. Auch diesmal war die Zusammenarbeit aus meiner Sicht sehr bereichernd und wertschätzend.

Des Weiteren bedanke ich mich bei meiner Familie, die mich auch bei diesem Prozess unterstützt hat. Vor allem die Unterstützung meines Bruders Lucas im Bereich Gaming war für mich sehr lehrreich. Vielen Dank für deinen Rat und deine unglaubliche Hilfe!

Ich möchte mich zudem bei meiner Studentenkohorte der IMC Krems für die Unterstützung und den Rückhalt bedanken. Insbesondere danke ich Ramona Sieberer, Saskia Köller, Michaela Foramitti, Stefanie Riedl und Sarah Friedl, die mich immer unterstützt haben, meine Ideen mittragen, geduldig mit mir sind und mich immer wieder aufs Neue inspirieren!

Mein Dank gilt zudem meinen Partner, der mir immer Rückhalt gibt und meine Ideen unterstützt.

Zuletzt möchte ich mich für die vielen positiven Rückmeldungen, Nachrichten und Unterstützungen bedanken, die ich nach der Veröffentlichung meines ersten Buches erfahren habe. Ich war überwältigt von der positiven Resonanz und den Möglichkeiten, die sich mir seither eröffnet haben. Mein Dank gilt daher allen Leser*innen und Promoter*innen sowie Eltern, Therapeut*innen und Pädagog*innen.

Einleitung

Seit über 2000 Jahren kritisieren Generationen die „aktuellen“ Jugendlichen. In einer Keilschrift, die über 2000 Jahre alt ist, steht „Unsere Jugend ist heruntergekommen und zuchtlos. Die jungen Leute hören nicht mehr auf ihre Eltern. Das Ende der Welt ist nahe.“ Rund 1000 Jahre alt ist folgende Aussage auf einer babylonischen Tontafel: „Die heutige Jugend ist von Grund auf verdorben, sie ist böse, gottlos und faul. Sie wird niemals so sein wie die Jugend vorher, und es wird ihr niemals gelingen, unsere Kultur zu erhalten.“ Jünger ist die Aussage von Aristoteles, der gesagt haben soll: „Wenn ich die junge Generation anschau, verzweifle ich an der Zukunft der Zivilisation.“ Sehr viel jünger, nämlich aus dem Jahr 2010 findet man in einem offiziellen Paper des deutschen Dienstleistungsreports folgende Sätze: „Zusätzlich bemängeln unsere Gesellschaft und die Wirtschaft eine allgemeine Abnahme von Wert- und Moralvorstellungen, sowie fehlende soziale und personale Kompetenzen“ und „fehlende Disziplin, mangelnde Leistungsbereitschaft, geringe Belastbarkeit – die Azubis machen unseren Unternehmen Sorgen“ (Gilfert, 2019). Die Jugend wurde grundsätzlich abgewertet, heutzutage erkennt man dies besonders am Umgang mit digitalen Medien und deren Auswirkungen. Doch ist dem wirklich so, oder folgen ältere Generationen nur dem Beispiel ihrer vorangehenden?

„Mit all meinem Wissen und meiner Erfahrung kämpfe ich um jede Minute, die meine Kinder am Smartphone und an Computern verbringen“ (Orlowski, 2020).

VIII Einleitung

„Seit 10 Jahren verkaufen die großen Silicon Valley Unternehmen nur noch ihre User.“ (Orlowski, 2020).

„Im Jugendalter ist der Teil des Gehirns, der für Konsequenzen zuständig wäre, außer Gefecht gesetzt“ (Juul, 2010).

„Daten sind der zentrale Rohstoff der digitalen Wirtschaft“ (Engels, 2018).

„Das Internet vergisst nie!“

„Na und, da hat es eben ein Super-Computer auf mein Gehirn abgesehen, damit ich mir noch ein Video ansehe. Wo ist das die existentielle Bedrohung?“ (Orlowski, 2020).

Wo muss man Grenzen der Selbstverwirklichung des Kindes ziehen?

„Es liegt in unserer Verantwortung, dass wir Zeit und Mühe darauf verwenden, unsere eigene Voreingenommenheit zu erkennen und unsere Informationsquellen zu verifizieren“ (Harari, 2019).

„Natürlich erzählen Jugendliche ihren Eltern nicht alles. Genauso wenig, wie es Sie damals gemacht haben“ (Rogge, 2019).

„... die neue Medienlandschaft neben ihren zahlreichen Vorteilen und positiven Auswirkungen auch zu wachsenden Mengen an Desinformation, Manipulation und Hetze geführt hat“ (European Union, 2020).

„Das Produkt ist nicht unsere Aufmerksamkeit, sondern die schleichende, kaum wahrzunehmende Veränderung des eigenen Verhaltens und der Wahrnehmung“ (Orlowski, 2020).

Digitale Medien, wie Apps, Social-Media-Plattformen und Videospiele sind als fester Bestandteil unserer Gesellschaft angekommen und werden von Jung und Alt ganz selbstverständlich verwendet. Kinder und Jugendliche wachsen mit diesen „neuen“ Technologien auf und kennen keine Welt ohne Smartphones, Tablets, Laptops und Konsolen. In der Schule wurde der Einsatz digitaler Medien durch die Corona-Pandemie notwendig, um überhaupt am Unterricht teilhaben zu können. Immer mehr Klassenzimmer werden digital. Wenn diese Kinder und Jugendlichen allerdings die digitalen Medien in der Freizeit nutzen, läuten bei vielen Eltern,

Pädagogen und Experten die Alarmglocken. Im Gegensatz dazu steht eine deutsche Studie aus dem Jahr 2015: 45 % der Eltern mit niedriger Bildung verwenden digitale Medien als Entspannungs- und Abschalthilfe für ihre Kinder, ebenso nutzen 36 % der Eltern mit höherer Bildung digitale Medien als Unterstützung zu Beruhigung (Borgstedt, Rätz et al., 2015). Diese Zahlen zeigen, dass viele Eltern dem Irrglauben verfallen, digitale Medien sind eine gute Möglichkeit zu entspannen. Ebenso nutzen viele Eltern selbst digitale Geräte, um „abzuschalten“. Wenn Kinder und Jugendliche dieses Verhalten nun imitieren, heißt es oft, die Jugend sei in Gefahr. Doch ist dem wirklich so?

Der amerikanische Kinderpsychiater Jay Giedd beschreibt die Faszination der digitalen Medien wie folgt: „Unsere Anziehungskraft im Computerzeitalter auf die nahezu unbegrenzte Neuheit und die sozial relevanten Peer-Daten, die moderne Bildschirmtechnologien bieten, ist tief in unseren steinzeitlichen Gehirnen verwurzelt. Wie Feuer oder ein leistungsfähiges Werkzeug können Technologien verwendet oder missbraucht werden“ (Giedd, 2020). Für Jugendliche stellen digitale Geräte, insbesondere das Smartphone, eine Verbindung nach außen dar, eine Möglichkeit, sich zu präsentieren und die eigene Persönlichkeit zu entwickeln. Giedd gibt jedoch zu bedenken, dass „Geräte, die uns effektiver als je zuvor miteinander verbinden können, zu erhöhter Einsamkeit führen können. Dass Technologien, die das kollektive Wissen der Welt zur Hand haben, zu mehr Ablenkbarkeit und weniger kritischem Denken führen können und dass dieselben Technologien, die zu einer früheren Erkennung und innovativen Behandlung von psychischen Erkrankungen führen können, auch mit erhöhten Raten von Angstzuständen und Depressionen zusammenhängen können ...“ (Giedd, 2020). An dieser Beschreibung erkennt man die Ambivalenz der Gesellschaft mit den neuen Technologien. Fortschritt und Gefahr zugleich. Digitale Medien und Geräte sind nicht per se „schlecht“ oder „gut“. Dieses Buch versucht weder digitale Medien zu „verteufeln“ noch deren Auswirkungen zu verharmlosen. Es kommt immer darauf an, wie diese genutzt werden. Wie schafft man es, digitale Medien zu gebrauchen und nicht zu missbrauchen? Besonders Eltern fällt es oft schwer, eine Balance zwischen der erwünschten Nutzung durch ihre Kinder oder Jugendlichen und der Sorge um deren Zukunft zu finden. Das Ziel sollte sein, die positiven Aspekte digitaler Medien und Technologien zu maximieren und die negativen Auswirkungen zu minimieren. Dieser Elternratgeber soll als Unterstützung dienen, dieses Ziel im Alltag zu erreichen. Dafür ist es notwendig, zu verstehen, wie sich das jugendliche Gehirn entwickelt, wie sich digitale Medien genau aus-

wirken und wie man eine Balance für sich und seine Familie finden kann. Eine frühe Medienkompetenz ist daher wichtig für die nachfolgenden Generationen. Es geht darum, dass digitale Medien nicht die Menschen benutzen, sondern die Menschen die Technologie.

Literatur

- Borgstedt, S., Rätz, B., Schwartz, M., Schleer, C., Ernst, S. (2015). *Kinder in der digitalen Welt*. Hg. v. Deutsches Institut für Vertrauen und Sicherheit im Internet.
- Engels, B. (2018). Datenschutzpräferenzen von Jugendlichen in Deutschland. *IW-Trends* (2). <https://www.iwkoeln.de/studien/iw-trends/beitrag/barbara-engels-datenschutzpraeferenzen-von-jugendlichen-in-deutschland.html>.
- European Union. (2014). Measuring digital skills across the EU. EU wide indicators of digital competence. <https://ec.europa.eu/digital-single-market/en/news/measuring-digital-skills-across-eu-eu-wide-indicators-digital-competence>.
- Giedd, Jay N. (2020). Adolescent brain and the natural allure of digital media. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 22(2), 127–133. Doi: <https://doi.org/10.31887/DCNS.2020.22.2/jgiedd>.
- Harari, Y. N. (2019). *21 Lektionen für das 21. Jahrhundert* (A. Wirthensohn, Trans.) (7., durchgesehene Aufl.). Beck.
- Juul, J. (2010). *Pubertät* (2. Aufl.). Penguin.
- Rogge, J.U. (2019). *Vortrag: Wie Sie reden, damit Ihr Kind zuhört und wie Sie zuhören*. <https://www.youtube.com/watch?v=wY56wZPpjTE>
- Orlowski, J. (Director). (2020). *The social dilemma*.

Inhaltsverzeichnis

1	Auswirkungen von digitalen Medien	1
1.1	Gehirnentwicklung	1
1.2	Konzentration	8
1.3	Mediensucht	12
1.4	Schlaf	22
1.5	Wohlbefinden	28
1.6	Weitere Auswirkungen	31
1.7	Zusammenfassung	35
	Literatur	35
2	Verwendung digitaler Medien in der Schule	41
2.1	Einführung	41
2.2	Vor- und Nachteile digitaler Medien in der Schule	45
2.3	Blended Learning	53
2.4	Beispiele	58
	Literatur	61
3	Social Media	65
3.1	Plattformen und wie sie funktionieren	65
3.2	Influencer	73
3.3	Werbung	77
3.4	Hass im Netz und Cybermobbing	80
3.5	FOMO	87